

Oppskrifter 21.6.2003 - Klubbmøte hos Sigurd

Sole Classico

2 store sjøtunger à 800-1000 g
usaltet smør
2 sjalottløk, finhakket
2 dl hvitvin
2 dl fiskebuljong
1/2 ss hakket frisk estragon
100 g kaldt usaltet smør
200 g sjampinjonger
1 Granny Smith eple
sitronsaft
100 g tomatconcassé
sitronconcassé (fruktkjøtt fra 1/2 sitron skåret i terninger)
1/2 ss hakket frisk kjørvel
kvernet sort pepper

Bruk kun store sjøtunger på minst 800 gram i denne retten. Dra av skinnet på begge sider: Hold halespissen under rennende varmt vann fra springen et øyeblikk. Løsne skinnet fra halen med en kniv. Trekk deretter av skinnet med ett enkelt grep fra halen mot hodet. Skjær av hodet. Rens og klipp finner. Stykk opp 3-4 cm brede koteletter på tvers av fisken.

Forvarm stekeovnen til 180°C. Legg fisken i en ildfast form med litt smør. Kok sjalottløk, hvitvin, fiskekraft og estragon nesten helt inn. Hell over fisken.

Dekk med aluminiumsfolie og sett i ovnen i 10-12 minutter. Sil av kraften og kok inn til 1 1/2 dl.

Hold fisken varm. Pisk det kalde smøret inn i den reduserte fiskekraften i terninger. Hold det varmt.

Skjær sjampinjonger og eple i terninger. Smelt raskt i litt smør, vann og sitronsaft. Tilsett tomatconcassé og eventuelt sitronconcassé. Hell over fisken. Sett fatet i ovnen i 2-3 minutter og legg opp fisken på tallerkner.

Pisk opp sausen med stavmikser. Hell rundt fisken. Dryss med kjørvel og frisk grovkvernet sort pepper.

Drikke

Chateau de Maligny, Chablis 1. Cru